

QUICHE AU POULET ET À L'INDIENNE

Nombre de personnes: 2

Temps de préparation: 40 minutes

Ingrédients:

- PATE BRISEE	1x
- BLANC(S) DE POULET	400g
- OIGNON(S)	2
- RAISINS SECS	60g
- YAOURT	200g nature
- OEUF(S)	4
- CURRY EN POUDRE	2 c à café
- HUILE D'OLIVE	3 c à soupe
- CORIANDRE FRAIS	1 c à soupe
- SEL	
- POIVRE	



Recette:

- Déposez la pâte dans le plat CRISP sur papier sulfurisé et piquez-la avec une fourchette.
- Dans une poêle (avec couvercle), faites revenir le poulet coupé en dés. Salez et poivrez. Réservez sur une assiette.
- Dans la même poêle, faites revenir les oignons émincés. Ajoutez une peu d'huile d'olive et le curry. Baissez le feu, couvrez et laissez suer pendant 7-8 minutes en remuant de temps en temps.
- Dans un saladier, cassez les œufs et fouettez-les en omelette. Ajoutez le yaourt, les raisins secs, le coriandre, sel et poivre. Mélangez bien puis ajoutez le poulet et les oignons.
- Versez le tout sur la pâte brisée.
- Enfournez au micro-onde position CRISP pendant 14 minutes.

Accompagnement:

Servez chaud, tiède ou froid avec une salade.